

# «Les psychédéliques agissent sur les causes de la dépression»

Texte

Thomas Lestavel

Illustration

Ana Galvañ

Après avoir connu un premier âge d'or au tournant des années 1960, la recherche médicale se penche de nouveau sur le potentiel thérapeutique de substances comme le LSD, la MDMA et la psilocybine. Les tabous tombent, mais la France est à la traîne.

**E**ntre le recomptage des voix et les tweets outranciers de Donald Trump, la nouvelle est passée totalement inaperçue de ce côté-ci de l'Atlantique. Les élections américaines de novembre 2020 ont pourtant marqué une étape de plus dans la banalisation des psychédéliques. Les Américains n'ont pas seulement élu leur président et leurs parlementaires. En parallèle, ils se sont prononcés sur différentes propositions selon les États. À Washington, les trois quarts des votants ont ainsi approuvé la culture de champignons hallucinogènes et de plantes psychotropes pour des usages personnels (mais pas commerciaux). Au même moment, l'Oregon est devenu le premier État américain à dépénaliser la pos-

session de drogues – du LSD à l'héroïne en passant par la cocaïne et la méthamphétamine.

## Psychedelic psychiatry

«Si on forçait toutes ces p'tites salopes de dirigeants à prendre de l'ayahuasca, la planète irait mieux», chante le rappeur français Lomepal dans son titre «Lucy». Ce n'est pas Gail Bradbrook qui le contredira. La cofondatrice d'Extinction Rebellion encourage le grand public à consommer des psychédéliques qui opèrent, selon elle, une sorte de *reboot* du cerveau, développant notre empathie et nous rapprochant de la nature. Des cérémonies d'ayahuasca se tiennent déjà tous les week-ends dans les grandes capitales occidentales. Il est devenu courant, parmi les étudiants et start-upers →



californiens, de cultiver des champignons dans sa salle de bains ou de consommer des micro-doses de LSD pour booster sa créativité. Et certains vont jusqu'à affirmer que l'iPhone n'aurait pas vu le jour si Steve Jobs n'avait pas pris de LSD...

Ces dernières années, c'est sur le terrain très rationnel de la recherche scientifique que l'on s'intéresse de près aux substances qui provoquent des effets hallucinogènes : la psilocybine, la mescaline, l'ecstasy ou le LSD. Certaines sont connues depuis des siècles sur le continent américain, à l'image des champignons ou du DMT, principe actif de l'ayahuasca. Médecins et chercheurs se penchent sur leurs effets bénéfiques contre la dépression et d'autres troubles. L'Imperial College de Londres a créé l'an dernier un centre dédié à la recherche sur les psychédéliques, doté d'un budget de plus de 3 millions d'euros. En janvier 2020, l'université Johns-Hopkins de Baltimore a recueilli 17 millions de dollars de financements privés pour son nouveau centre de recherche qui étudie les effets des psychédéliques sur le fonctionnement du cerveau, à la fois pour les individus en bonne santé et pour les personnes atteintes d'Alzheimer ou souffrant d'anorexie.

Ces organisations de premier plan suivent la voie tracée par des fondations privées comme Multi-disciplinary Association for Psychedelic Studies (Maps), fondée outre-Atlantique en 1986. Les passionnés ont désormais leur revue de référence, *The Journal of Psychedelic Psychiatry*. Même en France, les choses commencent à bouger. Le dernier Congrès de l'Encéphale, un des principaux rendez-vous de la psychiatrie dans l'Hexagone, a fait intervenir le médecin berlinois Michael Koslowksi sur le thème des psychédéliques. « *Impensable il y a encore quelques années* », souligne le chercheur Vincent Verroust qui préside la Société psychédélique française, une association réunissant une douzaine de chercheurs, dont trois psychiatres.

### Contre les addictions et la dépression

Un tel emballage est-il justifié ? « *Les substances les plus intéressantes d'un point de vue scientifique sont la psilocybine (voir page 144), la MDMA et le LSD* », explique Bertrand Lebeau, médecin addictologue à l'hôpital Paul-Brousse de Villejuif (Val-

de-Marne). « *Les psychédéliques sont interdits alors qu'ils ont des applications prometteuses dans divers domaines : en psychiatrie, en addictologie ou encore contre l'algie vasculaire de la face, une maladie rare particulièrement douloureuse. En outre, les expériences mystiques sous psychotropes peuvent réduire l'anxiété des patients en soins palliatifs à l'approche de la mort* », poursuit le praticien.

Aux États-Unis, la MDMA est prescrite à titre expérimental à des militaires victimes de stress post-traumatique, à leur retour d'Irak ou d'Afghanistan. Au Royaume-Uni, le docteur Ben Sessa teste un traitement contre l'alcoolisme à base de MDMA. Et l'université Johns-Hopkins met en avant les premiers résultats encourageants de son programme anti-tabac à base de psilocybine : après treize semaines de protocole, la moitié des participants a arrêté de fumer, contre un taux de succès de 10 à 35 % avec les méthodes actuelles. Les chercheurs tablent également sur ces traitements d'un nouveau genre pour s'attaquer au « mal du siècle », la dépression, première cause d'incapacité dans le monde d'après l'Organisation mondiale de la santé. « *Aux États-Unis, les taux de suicide augmentent, le nombre de burn-out aussi. Plus de 300 000 Américains sont morts à cause de leur dépendance aux opiacés. Les psychédéliques peuvent jouer un rôle décisif pour remédier à cette situation* », avance Stéphanie Chayet, journaliste indépendante basée à New York. « *Les nombreux travaux scientifiques réalisés dans l'après-guerre et les essais cliniques en cours depuis quinze ans ont solidement établi le profil de sécurité de ces molécules, qui ne provoquent ni dépendance ni dégâts cérébraux* », mentionne-t-elle dans son livre *Phantastica, ces substances interdites qui guérissent* (Grasset, 2020).

### Premiers essais dès 1958

Vu les enjeux, il y a de quoi lever certaines réticences. D'ailleurs, il fut un temps pas si lointain où les médecins étudiaient sans tabou les effets des hallucinogènes sur les patients. « *Plus de mille articles scientifiques sur les psychédéliques ont été publiés entre 1950 et 1965* », précise Vincent Verroust. Une convention internationale les a ensuite classés comme « drogues dangereuses et sans intérêt

## « Les laboratoires pharmaceutiques se rendent aux événements sur les psychédéliques, ils gardent un œil sur la recherche »

— David Dupuis, chercheur à l'EHESS



thérapeutique », interdisant leur consommation et mettant à l'arrêt toute la recherche sur le sujet. La France faisait partie des pays pionniers. « *Les premiers essais cliniques avec la psilocybine ont été menés dès 1958 à l'hôpital Sainte-Anne par le professeur Jean Delay* », relève Vincent Verroust. Ces dernières années, des pays comme le Royaume-Uni, la Suisse ou Israël ont repris les recherches. La France se retrouve à la traîne. La faute à notre culture très cartésienne rebutée par les hallucinogènes et autres breuvages indigènes ? Si les mentalités évoluent timidement, les chercheurs français se heurtent à une réglementation très contraignante. « *Officiellement, les conventions précisent qu'il est possible de faire des essais cliniques avec des stupéfiants dans un cadre très contraint. En pratique, c'est extraordinairement difficile d'obtenir une autorisation de la part de l'Agence nationale de sécurité du médicament* », expose Bertrand Lebeau. En tout cas, les effets des psychédéliques sur le cerveau humain ne peuvent laisser indifférente la psychiatrie alors que la France reste l'un des plus gros consommateurs d'antibiotiques et d'anxiolytiques au monde : « *L'avenir de la discipline dépendra en partie du développement de la recherche sur les psychotropes. Les inhibiteurs de recapture de la sérotonine comme le Prozac ou le Seropram ont beaucoup déçu* », constate Bertrand Lebeau. Les stupéfiants pourraient ainsi aider les patients à mieux accepter les accidents de la vie, comme le deuil ou la rupture. La psilocybine, extraite de champignons hallucinogènes, réduit par exemple l'anxiété chez les patients atteints de cancer. « *Le corps médical a fait le tour des anxiolytiques et antidiépresseurs, alors on cherche de nouvelles molécules. Les laboratoires pharmaceutiques se rendent aux événements sur les psychédéliques, ils gardent un œil sur la recherche* », glisse David Dupuis, chercheur à l'EHESS\*. « *Les psychédéliques agissent sur les causes et non sur les symptômes de la dépression, en plus, ils sont dépourvus d'effets secondaires* », note Stéphanie Chayet. Quand on sait que, rien qu'aux États-Unis, le taux de dépression à l'échelle nationale a été multiplié par quatre depuis la pandémie de Covid-19 (de 6,5 % en 2019 à 24,3 % en 2020), cette dernière promesse est forcément attrayante.

\* Interrogé sur le sujet par Usbek & Rica, le laboratoire Sanofi n'a pas donné suite.